

**PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KONDISI *FROZEN***

***SHOULDER CAPSULITIS ADHESIVE DEXTRA***

**DI RST DR. SOEDJONO MAGELANG**



**Oleh :**

**ANARTYA IKA PRAFITRI**

**J 100 070 036**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**Diajukan Guna Menyelesaikan Tugas dan Memenuhi  
Syarat –Syarat Untuk Menyelesaikan Program  
Pendidikan Diploma III Fisioterapi**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III FISIOTERAPI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

**2010**

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

Pembangunan nasional merupakan rangkaian upaya pembangunan yang berkesinambungan dan menyeluruh meliputi masyarakat, bangsa dan negara guna melaksanakan tugas - tugas pembangunan dalam rangka mewujudkan tujuan nasional sebagaimana termaktub dalam Pembukaan UUD 1945 alenia 4. Dari berbagai sasaran pembangunan, pembangunan di bidang kesehatan senantiasa mendapatkan perhatian yang serius sebagai aspek penting dalam upaya peningkatan sumber daya manusia (SDM) selain sebagai cermin dari kualitas hidup suatu masyarakat. Pemerintah RI telah menyusun kebijakan nasional mengenai pembangunan berwawasan kesehatan nasional sebagai strategi nasional menjadi Indonesia Sehat 2010.

Program kesehatan masyarakat merupakan bagian penting dari program pembangunan nasional. Upaya kesehatan yang semula dititikberatkan pada upaya penyembuhan penderita berangsur-angsur berkembang ke arah keterpaduan kesehatan yang menyeluruh yang meliputi upaya peningkatan kesehatan (*promotive*), pencegahan (*preventive*), penyembuhan penyakit (*curative*) dan pemulihan kesehatan (*rehabilitative*). Upaya kesehatan tersebut harus dilaksanakan secara menyeluruh, terpadu dan berkesinambungan oleh semua pihak baik pemerintah maupun masyarakat (Depkes RI, 1992).

Fisioterapi sebagai bagian dari tenaga kesehatan harus ikut berperan serta dalam peningkatan kesehatan masyarakat. Diharapkan dengan adanya pelayanan

yang bermutu baik, masyarakat akan mendapatkan kesehatan yang optimal. Fisioterapi adalah suatu bentuk pelayanan kesehatan yang ditunjukan kepada individu atau kelompok untuk mengembangkan, memelihara, dan memulihkan gerak dan fungsi selama daur kehidupan dengan menggunakan penanganan secara manual, penangkatan gerak, peralatan ( fisik, elektroterapeutik, dan mekanis), pelatihan fungsi dan komunikasi (MENKES, 2001). Lingkungan yang sehat tidak dapat terlaksana jika hanya dilakukan beberapa pihak, namun harus ditanamkan dalam kehidupan pribadi, keluarga, dan pada masyarakat luas.

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Kondisi *frozen shoulder* tidak berarti keadaan sendi yang kaku tetapi lebih bersifat nyeri jika digerakkan baik secara pasif maupun aktif. Biasanya didahului dengan adanya riwayat trauma langsung, *lesi rotator cuff* atau *imobilisasi* bahu dalam waktu yang lama. Keluhan ini biasanya muncul unilateral dan serangan nyeri bahu muncul dimalam hari. Mula-mula gerakan *elevasi* dan *internal rotasi* yang mengalami gangguan kemudian nyeri dirasakan untuk gerakan ke segala arah kecuali gerakan *ekstensi* ke depan (Sheon, 1996).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Siegel, Cohen dan Gall di Chicago Utara pada tahun 1999, kasus *frozen shoulder* terjadi pada 2-3% populasi dan sering terjadi pada orang yang berusia lebih dari 40 tahun, terutama wanita berusia 50 tahun 15% pasien akan mengalami *frozen shoulder bilateral* (Siegel, Cohen & Gall, 1999).

Beberapa faktor yang menyebabkan *frozen shoulder* adalah *capsulitis adhesiva*. Keadaan ini disebabkan karena suatu peradangan yang mengenai kapsul

sendi dan dapat menyebabkan perlengketan kapsul sendi dan tulang rawan, ditandai dengan nyeri bahu yang timbul secara perlahan-lahan, nyeri yang semakin tajam, kekakuan dan keterbatasan gerak. Pasien yang menderita *capsulitis adhesiva* menimbulkan keluhan yang sama seperti pada penderita yang mengalami peradangan pada jaringan disekitar sendi yang disebut dengan *periarthrititis*, keadaan ini biasanya timbul gejala seperti tidak bisa menyisir karena nyeri disekitar depan samping bahu. Nyeri tersebut terasa juga lengan diangkat untuk mengambil sesuatu dari saku kemeja, ini berarti gerakan aktif dibatasi oleh nyeri. Tetapi bila mana gerak pasif diperiksa ternyata gerakan itu terbatas karena adanya suatu yang menahan yang disebabkan oleh perlengketan. Gangguan sendi bahu sebagian besar didahului oleh adanya rasa nyeri, terutama rasa nyeri timbul sewaktu menggerakkan bahu, penderita takut menggerakkan bahunya. Akibat imobilisasi yang lama maka otot akan berkurang kekuatannya (Shidarta, 1984).

Fisioterapi berperan serta dalam menangani kasus *frozen shoulder*. Fisioterapi sebagai tenaga kesehatan yang memiliki pengetahuan dan keterampilan melalui bidang pendidikan kesehatan dan memiliki wewenang untuk melakukan upaya kesehatan. Modalitas yang dimiliki tenaga fisioterapi adalah *Infra Red (IR)*, karena efek panas yang dihasilkan dapat mengurangi nyeri dan terapi manipulasi yang bertujuan untuk meningkatkan Lingkup Gerak Sendi (LGS) sendi bahu. Terapi manipulasi dilakukan dengan tehnik : traksi ke arah latero ventro kranial, *slide* ke arah *postero lateral*, *slide* ke arah *caudal*, dan *slide* ke arah *antero lateral*. Gerakan sendi bahu merupakan faktor yang sangat penting kaitannya dalam hubungannya dengan peningkatan kualitas gerak dan fungsi,

maka usaha dan peningkatan merupakan salah satu tujuan dari fisioterapi, sehingga penulis mengambil terapi latihan dengan *Shoulder Wheel* sebagai usaha untuk meningkatkan kekuatan otot.

## **B. Rumusan Masalah**

Pasien pada kondisi *frozen shoulder capsulitis adhesive dextra* memiliki permasalahan diantaranya yaitu nyeri, keterbatasan gerak, dan penurunan kekuatan otot.

Permasalahan yang muncul pada penderita *frozen shoulder capsulitis adhesive* diperoleh beberapa rumusan masalah :

1. Apakah ada pengaruh *Infra Red ( IR)* terhadap nyeri pada kondisi *frozen shoulder capsulitis adhesive dextra*?
2. Apakah ada pengaruh terapi latihan terhadap peningkatan kekuatan otot pada kondisi *frozen shoulder capsulitis adhesive dextra*?
3. Apakah ada pengaruh terapi manipulasi terhadap peningkatan Lingkup Gerak Sendi (LGS) pada kondisi *frozen shoulder capsulitis adhesive dextra*?

## **C. Tujuan Penulisan**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui proses penatalaksanaan fisioterapi pada kondisi *frozen shoulder capsulitis adhesive dextra*, menambah pengetahuan, dan menyebarluaskan peran fisioterapi pada kondisi *frozen shoulder dextra* pada kalangan fisioterapi, medis, dan masyarakat.

## 2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dalam penulisan karya ilmiah ini pada kondisi *frozen shoulder capsulitis adhesive dextra* adalah :

- a. Untuk mengetahui manfaat *Infra Red (IR)* dalam penurunan nyeri pada kondisi *frozen shoulder capsulitis adhesive dextra*.
- b. Untuk mengetahui apakah terapi latihan dapat bermanfaat untuk meningkatkan kekuatan otot pada kondisi *frozen shoulder capsulitis adhesive dextra*.
- c. Untuk mengetahui apakah terapi manipulasi bermanfaat untuk meningkatkan Lingkup Gerak Sendi (LGS) pada kondisi *frozen shoulder capsulitis adhesive dextra*.

## D. Manfaat

Manfaat penulisan karya ilmiah pada kondisi *frozen shoulder capsulitis adhesive dextra* adalah :

### 1. Bagi penulisan

- a. Memperluas pengetahuan tentang kondisi *frozen shoulder capsulitis adhesive dextra* dan bentuk-bentuk terapinya.
- b. Menambah informasi pada fisioterapi pada khususnya dan kepada tenaga kesehatan pada umumnya, bahwa pemberian *infra merah (IR)* dapat mengurangi nyeri pada kondisi *frozen shoulder capsulitis adhesive dextra*.
- c. Memberikan informasi kepada fisioterapi pada khususnya dan kepada tenaga kesehatan pada umumnya, bahwa terapi latihan dan terapi manipulasi secara dini dan intensif sangat efektif untuk meningkatkan

lingkup gerak sendi bahu pada kondisi *frozen shoulder capsulitis adhesive dextra*.

## **2. Bagi Rumah Sakit**

Bermanfaat sebagai salah satu metode pelayanan fisioterapi yang dapat diaplikasikan kepada pasien dengan kondisi *frozen shoulder capsulitis adhesive dextra*, sehingga dapat ditangani secara optimal.

## **3. Bagi Pembaca**

Memberikan pengetahuan lebih dan memahami lebih dalam tentang kondisi *frozen shoulder capsulitis adhesive dextra* serta mengetahui cara penatalaksanaan fisioterapi pada kondisi *frozen shoulder capsulitis adhesive dextra*.